Почему одним женщинам «везет» с мужьями, а другим – нет?

Часто именно недовольство и критика со стороны женщины является причиной по которой мужчина вместо героя, успешного и сильного защитника и добытчика, превращается в задерганного, безынициативного и озлобленного представителя сильного пола. Но если женщина изменится сама, или наш герой встретит другую женщину, которая его поддерживает и поощряет, которая довольна тем, что он делает и вдохновляет его на следующие подвиги, с такой женщиной он постепенно взрослеет, раскрывает крылья и становится таким, о каких говорят, что *«как же ей повезло с муже».*

Но почему одной «не повезло», а второй – «повезло»?

Обратите внимание на поколение наших бабушек и мам. Как они ведут себя с мужьями и окружающими мужчинами? Как правило, критикуют, проявляют почти всем недовольство и так далее. Критика и недовольство может повредить как на начальной стадии отношений, так и во всей дальнейшей семейной жизни.

Часто недовольство становится второй натурой многих женщиной. И больше всего достается их близким и родным. Недовольство и критика может проявляться по-разному.

Иногда в грубой и открытой форме, например:

— Да ты ничего не умеешь, у тебя никогда и ничего не получается и руки вообще, не оттуда растут.

Консультации Р.Кирранова

Иногда проявляется в завуалированной виде, когда жена постоянно сравнивает мужа с другими мужчинами.

Или в молчаливом игнорировании. Например, мужчина что-то сделал и вместо того, чтобы его похвалить, женщина просто молчит. На вопрос *«Ну как, тебе нравится?»*, часто отвечает: *«Нормально».*

Вот пример из жизни. Мужчина регулярно готовит, готовит довольно вкусно, намного вкуснее, чем жена, но за всю жизнь ни разу не услышал от жены: *«Я тебе благодарна. Как же ты вкусно готовишь, пальчики оближешь».* Вместо этого – молчание, а на вопрос о том, как получилось, обычно идет ответ:

— Суп, как суп. Картошка, как картошка.

Такая завуалированная критика, недовольство и отсутствие поддержки негативно сказывается не только на отношениях между партнерами, но и на развитии самой женщины. В этой семье, где женщина не благодарить и не хвалит своего мужа, отношения между супругами в меру хорошие и муж периодически не выдерживает негатива и недовольства жены и начинает выпивать.

Если бы женщина после того, как мужчина чего-то добился, что-то сделал, похвалила бы его, или поблагодарила, он стал бы делать что-то для неё в разы чаще и с большим энтузиазмом. Да и отношения были бы в разы счастливее и радостнее.

Как уже неоднократно говорилось в статьях на нашем сайте «Солнечные Руки», вначале найдите причину и устраните её, а следствие изменится само. Не нужно думать, что врач вас вылечит, прописав вам аспирин или другое лекарство. Не думайте, что мужчина изменится и станет героем, если вы будете его критиковать, плюс жаловаться на него окружающим людям. Прочитайте об этом в статье «Говорите только хорошее друг о друге».

Может, один раз и сделает, может даже несколько раз, но опять же, не по собственной инициативе, а на пенковой тяге. А оно вам надо? Не лучше ли начать поддерживать своего партнера и радоваться тому, что и как он делает. Постепенно у него сотрутся негативные ассоциации *«я делаю – меня критикуют, или это никому не надо»* (если в данный момент такие есть), и появится новая: *«Я делаю, моя любимая мной гордится. Ей надо то, что я делаю, она ценит мои усилия и как же радуется любой мелочи! Эх, а сделаю я ещё и это. И получу свою порцию восхищения»!* (По опросу нескольких мужчин из счастливых семей).

Так, шаг за шагом, ваш мужчина будет становиться более успешным, с каждым разом у него будет получаться всё лучше и лучше, и через время вы и не поймете, когда ваш любимый успел стать настоящим героем. А о том, как помочь мужу стать успешным, читайте здесь.

Обратите особое внимание на себя и на свои привычки. Нет ли у вас фонового раздражения и желания раскритиковать и сравнить своего партнера с другими мужчинами? Почему-то в нашем обществе принято проявлять всем недовольство:

— соседями,

— правительством,

— своей внешностью,

— зарплатой,

— условиями жизни,

— но хуже всего – недовольство своими детьми и своим партнером.

Но если вы постоянно будете всем недовольны, если вы постоянно будете только и делать, что придираться к тому, «какой он не такой», то ничего хорошего из этого не получится. А найти, к чему придраться, можно всегда. Вот только сделает ли вас это счастливой женщиной? Лучше прочитайте статью о счастливой женщине, чем фыркать на любимого и постоянно его критиковать. Читайте «Как стать счастливой».

В свое время мне пришлось около года вырабатывать новую привычку, стирать родительскую программу недовольства и фоновой критики, и привыкать к тому, что я каждый день находила несколько моментов, за которые благодарна мужа.

Чтобы выработать в себе привычку довольства своей жизнью и своим партнером, нужно, во-первых, понять, почему вы так себя ведете. Часто это просто повторение поведения ваших родителей. Но об этом мы уже говорили в книге «Как заставить мужчину слезть с дивана 2. Секреты счастливых женщин». А во-вторых, после того, как вы проработаете родительскую программу, начинайте формировать новую.

Конкретно в выработке привычки быть довольной и замечать то, что делает для вас ваш партнер, вам поможет Дневник благодарности к вашему мужу. Я такой дневник веду уже несколько лет и за это время наши отношения улучшились, но главное, что появилось во мне самой, это удовлетворение и довольство собой, жизнью и моим супругом. Если раньше я вела дневник благодарности для того, чтобы выработать новую привычку, то сейчас во мне просто каждодневная потребность написать свою признательность и благодарность любимому.

Многие говорят, что нельзя так баловать мужчину, что он начнет пользоваться вашей слабостью, сядет вам на шею и тому подобное.

Обратите внимание, я не говорю о том, чтобы раствориться в жизни партнера. Я не говорю о том, чтобы не уметь при необходимости сказать «нет». О том, как говорить нет и отстаивать свои интересы и личное пространство, читайте здесь. Сейчас я говорю об элементарной благодарности и чувстве признательности за то, что делают для вас другие люди, а в частности – ваш любимый.

Почему-то действительно многие люди считают, что если будут критиковать и постоянно проявлять недовольство другим человеком, то этот человек изменится в лучшую сторону. Большего заблуждения сложно отыскать. Подумайте сами, если вами будут постоянно недовольны, критиковать вас каждый день за всё, что вы делаете, у вас что, появятся силы и желания что-то в себе менять? И становиться Настоящей Женщиной?

Так и с мужчиной. Не стоит думать, что если вы будете критиковать его каждый день, то он станет лучше, превратится в того героя, о котором вы мечтаете, а ваши отношения изменятся. Может, и изменятся, но в худшую сторону.

Возвращаясь к Дневнику благодарности, хочу сказать, что не обязательно об этих записях знать вашему партнеру. Мой муж узнал про дневник через полгода, и то только потому, что я зачитала ему пару благодарностей. Но главное не в этом, а в том, что когда вы вспоминаете и записываете все то хорошее, что сделал ваш партнер за день, в вашей душе просыпается нежность и признательность, вы начинаете видеть сильные стороны вашего любимого и концентрироваться на них. А всё то, на чем мы концентрируем свое внимание, имеет тенденцию расти и приумножаться в нашей жизни. О чем можете прочитать в моей статье на сайте «Солнечные руки» «Дневник благодарности, или счастливая семья и её секреты».

Опять же предостережение. Это не значит, что вы спускаете с рук какие-то неприятные моменты, например, хамство или неуважение. Не путайте одно с другим.

Давайте немного поговорим о Дневнике благодарности, и почему он работает. Есть один простой, но действенный жизненный закон. Все то, на чем вы концентрируете свои мысли и внимание, все то, что крутите в своей голове и о чем постоянно думаете, всё это и происходит в вашей жизни.

И вот представьте, что вы целый день только и думаете, как ваш мужчина с утра что-то не так вам сказал, или вчера перепутал, и вместо лука купил чеснок, или затянул все сроки и не выполнил какое-то обещание. Думаю, подобных мелочей, при желании, за семейную жизнь можно найти воз и маленькую тележку. И вот вы целый день об этом думаете, мусолите в своей голове эти мысли. В душе с каждым часом всё больше и больше поднимается гнев и накапливается обида, и вот вы начинаете вспоминать все «прегрешения» своего мужчины за последние несколько лет (месяцев, дней) и вам уже кажется, что живете или общаетесь вы с каким-то монстром.

А тут ещё коллега начинает жаловаться на то: *«Какие эти мужчины все тундуки, и женщин не понимают, и делают всё как будто назло. А может и не назло, может они и специально так делают, чтобы женщин достать?!»*

И вот вы уже не одна. Вы сидите вдвоем, а может к вам и другие женщины подошли, и вспоминаете «все ужасы совместной жизни»….

Вечером я не завидую вашему партнеру, да и вам тоже. Вы за день так накрутили себя, что через эту призму обид и недовольства просто не в состоянии увидеть все то, что за день произошло хорошего.

А можно ли по-другому? Можно ли видеть сильные стороны партнера? Ценить именно то, в чем силен ваш мужчина, при этом принять слабости, которые есть у каждого из нас?

Конечно, можно. Если вы готовы повзрослеть, стать более мудрой и терпимой, пройти этап юношеского максимализма и период идеализаций людей.

Сейчас уже не помню точно, где именно я приводила этот пример, на нашем сайте «Солнечные Руки» или в книге «Как заставить мужчину слезть с дивана», это по сути уже и не важно, хочу привести в этой статье.

Пришла к нам как-то в гости дальняя родственница моего мужа со своим молодым человеком. Смотрю, мужчина как-то напряжен, а родственница мужа недовольная и что-то ему шепотом высказывает. А потом уже и не шепотом, а в нашем присутствии давай высказывать то, что он купил какую-то там не такую флешь-карту. То ли ей цвет не понравился, то ли форма. Не важно, ситуация была неприятная всем участникам, но более всего молодому человеку.

Он ездил, тратил свое время и деньги, хотел сделать любимой подарок, а вместо того, чтобы его поблагодарили, он получает порцию гнева, да к тому же в присутствии посторонних людей.

Не делайте таких ошибок. Кстати, та родственница мужа и тот молодой человек в итоге расстались. Хорошо, девушка мудрой оказалась и проанализировала все ошибки, которые допускала в тех отношениях. Сейчас вот подобных промахов уже не совершает.

Понимаете, в чем разница? Можно сконцентрировать свои мысли на том: *«Какая флешка не такая»*, а можно подумать и сказать: *«Любимый, спасибо. Мне так приятно, что ты запомнил мою просьбу и купил мне флешку. Я очень ценю твою заботу, спасибо».* В общем, что-то подобное. Но уж никак не критиковать и не фырчать полдня, особенно при посторонних.

Так вот, давайте представим теперь другую ситуацию от той, когда вы целый день перебираете то, как «не так» сделал ваш партнер.

Представьте, вы едете с утра на работу и вспоминаете то, как было здорово проснуться утром и почувствовать рядом тепло своего мужчины. Как он проснулся, сгреб вас в охапку и уткнулся вам в шею, что-то бормоча в полусне.

— Вспоминаете вчерашний день, как любимый договорился и отвез детей бабушкам-дедушкам и предложил вам посмотреть вместе фильм, при этом не боевик и не ужастик, а тот, который выберите вы. И как он стоически, на протяжении всего фильма, переносил все эти вздохи, слезы и признания в любви под луной главных героев. И в завершении даже не ворчал…ну ладно… почти не ворчал.

— А вот вы вспоминаете, как он позвонил вам на днях и сказал, что он совсем рядом, недалеко от вашего офиса и предложил вместе пообедать.

— Да, а как-то на днях скалымил и пришел домой довольный, с пакетами всякой вкусности, а в пакетах оказалось все то, что вы больше всего любите.

— А вчера он забрал пораньше детей из садика, и когда вы пришли домой, вас ждал ужин, приготовленный совместными усилиями, перепачканные, но зато такие довольные ребятишки и гордый собой и своей самостоятельностью и изобретательностью, муж.

— На днях вы пришли расстроенная, на работе что-то не клеилось и он гладил вас по голове, успокаивал, или сказал вам, что нечего вам там делать, раз у вас не клеится, уходите с работы, как-нибудь проживете, он возьмет подработку. И хотя на самом деле всё у вас нормально, а в тот день просто настроение было плохое или вы устали, но вам стало так приятно от его заботы и поддержки.

Думаю, у каждой женщины найдется масса приятных воспоминаний и ситуаций, за которые она благодарна своему мужчине. И если вместо обид и негативных мыслей концентрировать свое внимание на таких приятных моментах, то к вечеру ваше настроение будет прекрасным. Вы поймете то, с каким настоящим мужчиной на самом деле вы живете и это настроение, эти мысли и ваша энергия любви и благодарности передастся в окружающий мир, в том числе и вашему мужу.

Но, к сожалению, вокруг пока ещё не так много счастливых женщин, которые смогли бы поддержать вас вот в такой позиции. Поэтому и нужно найти себе поддержку в своем Дневнике благодарности. Он станет вам другом, он станет вашим соратником и в тяжелые моменты, которые случаются в каждой семье, поможет вам легче их преодолеть. А в обычные дни сделает ваши отношения более счастливыми, легкими и радостными.

Концентрируйте свои мысли на положительном. Концентрируйте свои мысли и делайте записи о том, что есть сильного и положительного в вашем мужчине. Как он старается, как коряво и по-мужски у него получается, когда он хочет вас рассмешить (ведь у мужчин другое чувство юмора). Но хотя и «коряво и по-мужски», но как же приятно, что есть человек, который поддерживает вас и старается как-то помочь. Да, пусть не всегда так, как вам бы хотелось. Но он старается, и если его поддерживать, если ему говорить, что вам приятно и что вам нравится, то рано или поздно он обязательно запомнит именно то, что вас больше всего радует, и будет повторять это снова и снова.

Фиксируйте то, что произошло за день. Пишите то, какой у вас замечательный муж и как вы ему благодарны за то, за то и ещё за это. Если не записывать и не перечитывать эти записи, вы можете автоматически скатиться в недовольства и не заметить того, как с годами очень сильно улучшились ваши отношения, и как сильно изменился ваш мужчина.

Ещё один важный момент при ведении подобного дневника. Обязательно, слышите меня, обязательно иногда садитесь в тишине и одиночестве и перечитывайте прошлые записи. Не делайте это часто, но хотя бы раз в две-три недели необходимо его обязательно перечитывать.

В дневник можно записывать не только то, что делает ваш мужчина, но и то, что вам в нем нравится. Например, я восхищаюсь в своем муже тем, что он может освоить любую компьютерную программу. Какие бы сложности не возникли, я обращаюсь к нему, и не было ещё ни одного раза, чтобы он что-то не решил. Да, он может провозиться несколько дней и в эти дни к нему лучше не обращаться с другими просьбами, так как он сосредоточен на решении одной задачи, но в тот момент, когда у него получается понять и что-то сделать, более довольного и гордого собой человека сложно найти.

Я восхищаюсь этой особенностью мужа ещё и потому, что он не профессиональный программист, но, тем не менее, если у меня возникает трудность при работе с компьютером, он может несколько дней решать мою проблему.

Есть ещё воз и маленькая тележка того, чем я восхищаюсь в своем муже, но это уже не имеет к нашей статье никакого отношения. Да к тому же у вас свой мужчина и будет лучше, если ваше внимание сосредоточится на его сильных качествах.

Возможно, вы восхищаетесь в своем мужчине другими навыками. Записывайте всё это в свой дневник и периодически перечитывайте, закрывайте глаза и вспоминайте те моменты, которые записали. Чем больше вы будете концентрироваться на положительном, тем счастливей будете становиться.

И ещё раз напомню о том, что никто не говорит, что не нужно отстаивать свою позицию или не говорить то, что неприятно. Нужно, обязательно нужно, иначе мужчина вас не будет уважать и ценить ваше мнение. Но прямо и открыто говорить, отстаивать свою позицию – это не критика и не стоит путать одно с другим.

Статья защищена законом об авторских и смежных правах. При использовании и перепечатке материала активная ссылка на женский сайт sun-hands.ru обязательна!

С уважением, Анастасия Гай.

8 комментариев

Лялька 04 Фев 2018 Ответить

Не все мужчины оценят отсутствие критики. Мой никогда не сделает ничего приятного. То, что Вы описали — обнимет, посмотреть вместе фильм или тем более что-то приготовить — ничего подобного никогда не было. Чтобы обнял, да еще и утром, когда он злее тучи и только и ищет повода, чтобы довести до слез. Какая тут благодарность? А если за что-нибудь хвалю, его это бесит ужасно, лучше молчать вообще. А вот если хамить начинаю и грубить — тут же добреет. А я не могу грубить, мне это дается очень тяжело. Хочется быть ласковой, а он это ненавидит просто. И любая похвала его выбешивает. Вот такие есть мужчины… Тяжело с ним до ужаса.

> **Rashid Kirranov** 15 Фев 2018 Ответить
>
> Лялька, да ведь мужчина требует, чтобы вы его построили. Требует всеми фибрами своей души. И после этого вы говорите, что это ваш любимый человек. Рявкните на него. Сами же пишите, что как только вы начинаете хамить и грубить, то сразу же добреет. Не нужно ничего выдумывать. Просто хамите и грубите. Скорее всего в восприятии мужчины вы ведете себя как тряпка. Станьте обычной женщиной с примесью стервозности и ваши отношения станут лучше.

Маргарита 24 Окт 2015 Ответить

Автор статья просто молодец. Так проникновенно и доходчиво написала, а так легко применить. Сколько читала про необходимость хвалить мужей, все как-то до конца проникнуться не могла этим. А тут дошло :-

> **Наталия П** 25 Окт 2015 Ответить
>
> Маргарита, мне кажется, я Вас узнаю по стилю письма….

Наталья 16 Дек 2013 Ответить

Читаю, и понимаю, что у меня получилось в точности наоборот. Никогда не критиковала мужа, а ему оказывается именно этого не хватало.

Элеонора 17 Окт 2013 Ответить

Раньше я бы никогда не подумала, что практически полное отсутствие критики так важно для семейной жизни. Хорошо, что я познакомилась с проектом "Солнечные руки" до того, как вышла замуж! Ваши советы помогли мне избежать многих ошибок!

> **Маргарита** 19 Ноя 2013 Ответить
>
> Наверное, вашему мужу очень повезло! Согласна с Оксаной. Я тоже считаю, что в начале семейной жизни развод случается именно из-за этого. И ведь в основном (сужу по опыту знакомых) инициатором развода выступает именно женщина, а после него часто остается сама не довольна результатом.

Оксана 17 Окт 2013 Ответить

Ооо, как же мы, женщины, любим критиковать своих мужчин! И мусор не так вынес, и пальто не подал, и хлеб купить забыл. Особенно часто это происходит в начале семейной жизни. Неудивительно, что в первые годы брака распадается так много семей — женщины просто вынуждают таким своим поведением мужчин уйти. Нужно быть терпимее к недостаткам второй половины и деликатно их исправлять.

Оставить свой комментарий

Ваше имя

Ваш email

Введите текст комментария

Комментировать